

تأثیر آموزش ابراز وجود بر میزان اعتماد به نفس دانشجویان پرستاری

چکیده :

مقدمه و هدف : اعتماد به نفس رکنی اساسی در سلامت روان محسوب می شود که بر عملکرد انسان، به خصوص عملکرد شغلی او تأثیر می گذارد. متأسفانه گروه زیادی از پرستاران به دلایل مختلف از جمله؛ تشویق به فرمانبرداری، نامشخص بودن شرح وظایف و ... فاقد اعتماد به نفس کافی و لازم هستند. این مشکل در زنان به دلایل فرهنگی و اجتماعی از شدت و شیوع بیشتری برخوردار است. با توجه به مطالب فوق و از آنجا که تاکنون در زمینه روشهای اصلاح این مشکل تحقیقات چندانی صورت نگرفته است، این پژوهش با هدف تعیین تأثیر آموزش ابراز وجود بر میزان اعتماد به نفس دانشجویان دختر دانشکده پرستاری و مامایی بوشهر انجام شد.

مواد و روش ها : در این پژوهش نیمه تجربی در سال ۱۳۸۰ از بین کلیه دانشجویان پرستاری دختر (۸۰ نفر) دانشکده پرستاری و مامایی بوشهر، بر اساس نمونه گیری مبتنی بر هدف تعداد ۲۲ دانشجو که دارای حداقل اعتماد به نفس بودند انتخاب گردیده و پس از همتا سازی به طریق تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. آموزش ابراز وجود به گروه آزمایش ارائه شد، در حالی که گروه کنترل، آموزش خاصی ندیدند. از پرسشنامه اعتماد به نفس کوپر اسمیت پس از تأیید روایی و پایایی آن جهت سنجش اعتماد به نفس، به صورت پیش آزمون - پس آزمون استفاده گردید. در این پژوهش از نرم افزار SPSS و آزمون های آماری تی مستقل، تی زوجی و همبستگی پیرسون استفاده شد.

یافته ها : نمره میانگین اعتماد به نفس در گروه آزمایش به طور معنی داری از ۷/۱۸ با انحراف معیار ۳/۰۶ به ۱۱/۳۶ با انحراف معیار ۱۰/۲۳ افزایش یافت ($p < ۰/۰۵$). این تغییرات در گروه کنترل معنی دار نبود. همچنین بین افزایش اعتماد به نفس با متغیرهای دموگرافیک، جز در متغیر درآمد خانواده ($r = ۰/۶۳$) همبستگی معنی داری وجود نداشت.

نتیجه گیری : آموزش ابراز وجود تأثیر زیادی بر بهبود و ارتقاء اعتماد به نفس گروه آزمایش داشت که با توجه به فراگیر بودن مشکل کمبود اعتماد به نفس و لزوم یافتن روشهای مقابله با آن، توصیه می شود تحقیقات بیشتری در آینده بر روی گروههای دیگر پرستاران، به خصوص مردان انجام شود.

واژه های کلیدی : اعتماد به نفس، آموزش ابراز وجود، دانشجوی پرستاری

مسعود بحرینی *

مسعود محمدی باغملائی **

محمد علی زارع ***

شهره شهامت ****

* کارشناس ارشد پرستاری، مربی و عضو هیئت

علمی دانشگاه علوم پزشکی بوشهر، دانشکده

پرستاری و مامایی، گروه پرستاری

** کارشناس ارشد مدیریت خدمات بهداشتی، مربی

و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی بوشهر،

دانشکده بهداشت، گروه بهداشت

*** کارشناس ارشد آناتومی، مربی و عضو هیئت

علمی دانشگاه علوم پزشکی بوشهر، دانشکده

پزشکی، گروه تشریح

**** کارشناس پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی

بوشهر، معاونت درمان

تاریخ وصول: ۱۳۸۳/۲/۲۲

تاریخ پذیرش: ۱۳۸۳/۸/۵

مؤلف مسئول: مسعود بحرینی

پست الکترونیکی: msdbahreini@yahoo.com

مقدمه

انسان موجودی است اجتماعی و نیازمند برقراری ارتباط با دیگران، به گونه ای که بسیاری از نیازهای متعالی و شکوفایی استعدادها و خلاقیت هایش تنها از طریق تعامل بین فردی و ارتباطات اجتماعی ارضا می شود و به فعل در می آید [۱]. به همین دلیل انسان همواره سعی می کند تا مهارتهایی جهت تسهیل ارتباط خود با دیگران کسب نماید و بر تکامل شخصی خود بیفزاید. ابراز وجود از جمله این مهارتهاست که در روابط بین فردی نقش گسترده ای داشته و رفتارهایی از قبیل استقلال، اعتماد به نفس و خودآگاهی را در فرد تقویت می کند [۲].

از اواسط دهه ۱۹۷۰ میلادی موضوع ابراز وجود در پرستاری مورد توجه قرار گرفته است [۳]. نتیجه یک پژوهش در این زمینه مبین این است که ۶۰ درصد دانشجویان از ناتوانی در ابراز وجود و کم رویی رنج می برند و این ناتوانی در ۴۰ درصد موارد بر یادگیری و کارایی عملی آنها تأثیر گذاشته است [۴].

در بیان علل رفتارهای غیرقاطعانه در پرستاران می توان به عواملی همچون، سیستم آموزش سنتی، نظام سلسله مراتبی، تشویق برخورد های عاطفی به جای تجزیه و تحلیل منطقی رویدادها، اجتناب از درگیر شدن در بحران و تشویق رفتارهای غیرقاطعانه اشاره کرد. به پرستاران یاد داده می شود تا با فداکاری و فروتنی به دیگران خدمت کنند، ولی انتظار جبران مالی مناسب با تحصیلات و مسئولیت هایشان نداشته باشند، به آنها یاد

داده می شود تا به جای تکیه بر افکارشان، فقط دستورات پزشکان را پیگیری کنند و کار را خوب انجام دهند تا همه از آنها راضی باشند [۵]. علاوه بر این، جنسیت نیز به عنوان یک عامل مهم در ابراز وجود مطرح شده است. به دلایل فرهنگی ابراز وجود در زنان عموماً مذموم شمرده می شود و چون اغلب پرستاران را زنان تشکیل می دهند منابع موجود این عامل را نیز عامل مهمی در نقص توانایی ابراز وجود بین پرستاران معرفی می کنند [۶].

لازم به یاد آوری است که ابراز وجود به هیچ وجه به معنای پرخاشگری نیست، بلکه ابراز وجود به این معناست که افراد در یک چهارچوب منظم بر اساس اهداف مشخص با دیگران ارتباط برقرار نمایند، ارتباطی که بر اساس اعتماد، خلاقیت، وظیفه شناسی و حفظ خصوصیات حرفه ای باشد [۷]. پژوهشگر معتقد است ناتوانی در ابراز وجود و احقاق حق، تاکنون صدمات و لطمات جبران ناپذیری به حرفه پرستاری و پرستاران وارد نموده است و این در حالی است که تاکنون پژوهش چندان در مورد آن صورت نگرفته است. در این پژوهش سعی شده است علاوه بر طرح مشکل به عنوان یک مسئله مهم، با بهره گیری از یک شیوه روانشناختی رفتاری، میزان تأثیر آن بر اعتماد به نفس دانشجویان دختر پرستاری مورد بررسی قرار گیرد.

مواد و روش ها

در این پژوهش نیمه تجربی در سال ۱۳۸۰ از بین ۸۰ دانشجوی دختر پرستاری دانشکده پرستاری

و مامایی بوشهر و شرکت کننده در طرح براساس نمونه گیری مبتنی بر هدف، ۲۲ دانشجو که در پاسخ به پرسشنامه اعتماد به نفس کوپر اسمیت^(۱) که به صورت پیش آزمون در اختیار آنها قرار گرفته و دارای کمترین نمره بودند انتخاب شدند. پرسشنامه اعتماد به نفس کوپر اسمیت یک پرسشنامه معتبر است که اعتبار و پایایی آن مورد آزمون و تأیید قرار گرفته است. این افراد فقط از طریق کد، شناسایی و فراخوان شدند و به جهت رعایت مسائل اخلاقی سایر نمونه ها از این موضوع مطلع نبودند.

دانشجویان فوق پس از همتاسازی به طریق تصادفی ساده در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. گروه آزمایش تحت یک دوره آموزش ابراز وجود که طی ۱۲ جلسه، هر هفته ۲ بار و هر بار به مدت ۹۰ دقیقه ادامه داشت قرار گرفتند، در حالی که گروه کنترل در این زمینه آموزش خاصی ندیدند. جهت آموزش ابراز وجود از طرح درمانی چند محتوایی^(۲) استفاده شد. در این روش با تکیه بر پایه های تئوریک، از اصولی که به وسیله آنها فرآیند یادگیری به وقوع می پیوندد از جمله؛ راهنمایی و هدایت^(۳)، بازی نقش^(۴)، تمرین مکرر^(۵)، تکلیف منزل^(۶) و بازخورد^(۷) مناسب که همگی جزء تکنیکهای رفتاری هستند استفاده شد. علاوه بر پرسشنامه اعتماد به نفس کوپر اسمیت که به طریق پیش آزمون - پس آزمون مورد استفاده قرار گرفت، از پرسشنامه مربوط به اطلاعات دموگرافیک نیز جهت

جمع آوری اطلاعات ضروری و بررسی همبستگی عوامل دموگرافیک با متغیر اعتماد به نفس استفاده گردید. داده های جمع آوری شده با استفاده از نرم افزار SPSS^(۸) و روشهای آماری توصیفی و استنباطی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. برای توصیف جداول توزیع فراوانی، میانگین و انحراف معیار از آمار توصیفی و جهت مقایسه و یافتن میزان تأثیر آموزش ابراز وجود بر متغیر وابسته از آمار استنباطی که شامل تی مستقل^(۹)، تی زوجی^(۱۰) و همبستگی پیرسون^(۱۱) بود استفاده شد.

یافته ها

نتایج نشان داد که میانگین و انحراف معیار سن نمونه های مورد پژوهش $21 \pm 1/77$ سال، تعداد خواهر و برادر $2/27 \pm 6$ نفر، سال تحصیلی $2 \pm 1/01$ سال و رتبه تولد $2/24 \pm 3$ می باشد. مقایسه میانگین و انحراف معیار نمرات اعتماد به نفس کوپر اسمیت پیش آزمون و پس آزمون در گروه آزمایش در جدول ۱ و گروه شاهد در جدول ۲ آمده است. نتایج نشانگر افزایش میزان اعتماد به نفس، پس از آموزش ابراز وجود در گروه آزمایش می باشد به گونه ای که

- 1-Cooper smith
- 2 - Multi Baseline Design
- 3 - Coaching
- 4- Role playing
- 5 - Repeated practice
- 6 - Home work
- 7 - Feedback
- 8-Statistical Package for Social Sciences
- 9- Independent T- test
- 10- Paired T- test
- 11- Pearson correlation

نمی شود (جدول ۲). همچنین یافته های این پژوهش در ارتباط با تأثیر خصوصیات دموگرافیک بر میزان اعتماد به نفس نشان می دهد که به جز متغیر درآمد خانواده که با پس آزمون اعتماد به نفس در گروه آزمایش همبستگی مثبت نشان می دهد ($r = 0.63$). سایر متغیرها نظیر: سن، سال تحصیلی، رتبه تولد و ... رابطه معنی داری با نمرات اعتماد به نفس در پیش آزمون و پس آزمون نشان نمی دهند.

بین نمرات پیش آزمون و پس آزمون نمونه ها در گروه فوق، تفاوت کاملاً معنی داری وجود دارد ($p < 0.05$). همچنین بین نمرات پیش آزمون اجزاء پنج گانه اعتماد به نفس (اعتماد به نفس کلی، تحصیلی، بدنی، خانوادگی و اجتماعی) و نمرات پس آزمون آنها در گروه آزمایش اختلاف معنی دار است ($p < 0.05$). این در حالی است که بین نمرات پیش آزمون اعتماد به نفس و اجزاء آن با نمرات پس آزمون آنها در گروه شاهد تغییر معنی داری مشاهده

جدول ۱: مقایسه میانگین نمرات پیش آزمون و پس آزمون اجزاء اعتماد به نفس در گروه آزمایش

نتایج	پیش آزمون		پس آزمون		سطح معنی داری
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	
آزمون کلی	۷/۱۸	۳/۰۶	۱۱/۳۶	۲/۲۳	$p = 0.008$
آزمون تحصیلی	۹/۸۱	۲/۶۰	۱۱/۹۱	۲/۳۸	$p = 0.01$
آزمون بدنی	۹/۱۸	۲/۱۸	۱۲/۵۵	۲/۲۰	NS*
آزمون خانوادگی	۱۱/۳۶	۳/۵۲	۱۹/۰۴	۳/۰۹	$p = 0.005$
آزمون اجتماعی	۱۰/۹۰	۲/۵۰	۱۳/۱۸	۱/۹۴	$p = 0.002$

*NS = Not Significant

جدول ۴: مقایسه میانگین نمرات پیش آزمون و پس آزمون اجزاء اعتماد به نفس در گروه شاهد

نتایج	پیش آزمون		پس آزمون		سطح معنی داری
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	
آزمون کلی	۹/۷۳	۳/۹۲	۹/۹۳	۲/۷۴	NS*
آزمون تحصیلی	۸/۳۶	۲/۸۷	۸/۷۳	۳/۱۹	NS*
آزمون بدنی	۹/۹۱	۴/۷۸	۸/۴۵	۴/۷۵	NS*
آزمون خانوادگی	۱۲/۳۶	۲/۸۷	۱۱/۴۵	۳/۰۴	NS*
آزمون اجتماعی	۱۰/۴۵	۲/۸۳	۹/۶۳	۲/۶۹	NS*

*NS = Not Significant

بحث و نتیجه گیری

اعتماد به نفس از نظر بهداشت روانی و سلامت شخصیت دارای اهمیت فراوانی است و تغییر در آن، در رفتار، عملکرد اجتماعی و روابط اجتماعی فرد تغییر ایجاد می کند [۸].

ماهات و فیری^(۱) (۱۹۹۷) به نقل از لیل و سلیمان^(۲) بر این عقیده اند که دانشجویان جهت کاهش احساس عجز و ناتوانی، بایستی مهارت‌های اجتماعی از قبیل نحوه برقراری ارتباط صحیح با دیگران، روش‌های حل مشکلات و رفتارهای توأم با ابراز وجود و تصمیم‌گیری را در خود توسعه دهند [۶]. پژوهش حاضر مشخص می کند که می توان از روش‌های رفتاری جهت ارتقاء اعتماد به نفس کمک گرفت. در این پژوهش میانگین آزمون کلی اعتماد به نفس در گروه آزمایش از ۷/۱۸ با انحراف معیار ۳/۰۶ در پیش آزمون به ۱۱/۳۶ با انحراف معیار ۲/۲۳ در پس آزمون افزایش یافته است. در پژوهشی که لین و همکاران^(۳) (۲۰۰۴) تحت عنوان بررسی تأثیر آموزش ابراز وجود بر قاطعیت، اعتماد به نفس و رضایت از روابط بین فردی در دانشجویان پرستاری و پزشکی انجام دادند، پس از مقایسه داده های قبل و بعد از آموزش در دو گروه مورد و شاهد نتایج حاصله نشان می داد که در گروه مورد، قاطعیت و اعتماد به نفس هم در دانشجویان پرستاری و هم در دانشجویان پزشکی، به طور معنی داری افزایش یافته بود، ولی در گروه شاهد تغییر معنی داری رخ نداده بود [۹].

در پژوهشی که مک کارتان و هارگی^(۴) (۲۰۰۴) با هدف تعیین رابطه میزان قاطعیت و مهارت‌های بالینی در پرستاران انجام دادند، با تحقیق بر روی ۵۰ پرستار، مشخص کردند که بین کمبود قاطعیت و مهارت‌های بالینی پرستاران رابطه معنی داری وجود ندارد [۱۰]. نتایج تحقیق حاضر نشان داد که اجرای دوره آموزش ابراز وجود اعتماد به نفس تحصیلی نمونه ها را در گروه آزمایش به نحو چشمگیری افزایش می دهد. بگلی و گلاکن^(۵) (۲۰۰۴) در تحقیقی بر روی ۷۲ دانشجوی پرستاری در ایرلند به این نتیجه رسیدند که اجرای یک برنامه افزایش قاطعیت در طی دوره تحصیل، تأثیر شگرفی بر کارآیی تحصیلی دانشجویان دارد [۱۱]. همچنین نتایج پژوهشی که دژبخش (۱۳۷۳) در همین زمینه انجام داده است چنین نتیجه گرفته است که قاطعیت درمانی می تواند تأثیر مثبتی بر توانایی ابراز وجود دانشجویان داشته باشد [۱۲].

نتایج به دست آمده در خصوص رابطه بین متغیرهای دموگرافیک و میزان اعتماد به نفس بیانگر این مسئله است که جز متغیر درآمد خانواده، سایر متغیرها همبستگی معنی داری با افزایش اعتماد به نفس در هر دو گروه آزمایش و کنترل نشان ندادند و

1-Mahat & Phiri

2- lile & Seligman

3- Lin etal

4-Mccortan & Hargie

5-Begley & Glacken

این درحالی است که برخی پژوهش ها نشان دهنده همبستگی متغیرهای فوق با اعتماد به نفس است. بدین لحاظ توصیه می شود پژوهش های بیشتری به خصوص بر روی گروههای دیگری از پرستاران و در زمینه های مرتبط با اعتماد به نفس و بهداشت روان انجام گیرد. همچنین پیشنهاد می شود با اجرای تحقیقات بیشتر بر روی دانشجویان و پرستاران و بررسی تأثیر آموزش ابراز وجود بر عملکرد تحصیلی ، بالینی و رضایت شغلی آنان ، افق های جدیدی در این زمینه گشوده شود. علاوه بر این با توجه به کمبود تعداد نمونه های در دسترس و نیز استفاده از نمونه های مؤنث ، این محدودیت ها در پژوهش های آتی مورد توجه قرار گیرد.

تقدیر و تشکر

در پایان از زحمات بی شائبه اساتید ارجمند دکتر مسعود فلاحی ، ابوالفضل رهگوی و مدیریت محترم پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی بوشهر تقدیر و تشکر می نمایم .

Effect of Assertiveness Training on Self-esteem on Nursing Students

Bahreini M^{*},
Mohammadi Baghmallaie M^{**},
Zare MA^{***},
Shahamat sh^{****}.

^{*} MSc in Nursing, Bushehr University
of Medical Sciences
^{**} MSc in Health Services
Management, Bushehr University of
medical sciences
^{***} MSc in Anatomy, Bushehr
University of Medical Sciences
^{****} BSc in Nursing, Bushehr University
of Medical Sciences

KEYWORD:
Self - esteem,
Assertiveness training,
Nursing student

Received: 22/2/1383

Accepted: 5/8/1383

Corresponding Author: Bahreini M
E-mail:msdbahreini@yahoo.com

ABSTRACT:

Introduction & Objective: Self-esteem is an important factor in mental health that affects human functions, especially job performance. The number of nurses with low self-esteem is increasing and this is mostly due to role conflict. Only few studies have been done on this issue. This study was done in order to evaluate the effects of a course of assertiveness on self-esteem of female nursing students in Bushehr (1380).

Materials & Methods: A total of 80 students were recruited and were given preliminary questionnaires. The 22 students that got lower scores were then chosen as the samples. Using a simple random method, the samples were matched, and then divided into 2 equal groups, a case and a control group. A pretest and a course on assertiveness and a post test were given to the case group while the control group was only given a pretest and a post test. Tools used for this study were the Cooper Smith Self-esteem scale and the independent T and paired T test, respectively.

Results: Pretest results on self-esteem for the case group showed a mean score of 59.45, (SD= 10.25). After training, post-test results improved to 75.90, (SD=9.49, $p<0.001$). In the control group, no significant change was noted on the pretest and posttest scores. However, there was a significant correlation between financial status of the students' family and self-esteem in the case group.

Conclusion: A course of assertiveness may have an important impact on promotion of self-esteem of female nursing students. The researchers suggest more study to be done in this field especially on other group of nurses.

REFERENCES:

- [۱] بیابانگرد - ا. روشهای افزایش عزت نفس در کودکان و نوجوانان . چاپ اول . تهران: انجمن اولیاء و مربیان ، ۱۳۷۴: ۱۱.
- [2] Killkus SP. Self assertiveness and nursing , A different voice profession. *Nursing Outlook* 1990; 38:143-145.
- [3] Killkus SP. Adding assertiveness to the nursing profession. *Nursing Success Today* 1986;3: 17-19 .
- [4] Goldsmith JB, McFall RM. Development and evaluation of an inter personal skill training program for psychiatric patients. *Journal of Abnormal Psychology* 1995;58: 51-58 .
- [5] Marriner TA .Guide to nursing management. 4th ed. St. Louis: Mosby ; 1992;354-355 .
- [6] Mahat G, Phiri M. Promoting assertive behavior in traditional societies : *International . Nurse Review* 1998;38: 153 -155 .
- [7] Stanhope M, Lancaster J. *Community health nursing*. 5th ed . St. Louis : Mosby ; 1998;621-622.
- [8] Klose P, Tinius T. Confidence builder , a self - esteem group at an inpatient psychiatric hospital. *Journal of Psychosocial Nursing* 1992; 7: 6-9 .
- [9] Lin YR, Shian IS , Chang YC , etal. Evaluation of an assertiveness training program on nursing and medical student's assertiveness , self – esteem , and interpersonal communication satisfaction. *Nurse Education Today* 2004 ; 24 : 656 – 665.
- [10] McCortan PJ ,Hargie OD. Assertiveness and caring : are they compatible ?. *Journal of Clinical Nursing* 2004; 13 : 707 – 713.
- [11] Begley CM , Glacken M. Irish nursing student's changing levels of assertiveness during their pre registration program. *Nurse Education Today* 2004; 50: 93-100 .
- [۱۲] دژ بخش - م . بررسی تأثیر قاطعیت درمانی بر میزان قاطعیت و خودپنداره دانشجویان پرستاری . پایان نامه کارشناسی ارشد . شیراز: دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی شیراز ، ۱۳۷۳ ؛ صفحات ۵۶-۶۶ .